



LES NOSTRES CERTIFICACIONS

Una de les nostres premisses és ser **transparents** i **honestos** amb els nostres clients. Per aquest motiu, a Ecoarrels volem garantir aquest compromís auditant tota la matèria primera pactada a través de la certificadora INTERECO: una associació que agrupa autoritats públiques de control i certificació dels productes.

Busquem sempre els millors ingredients per a cada menú, els quals són sens dubte una **matèria primera de temporada, ecològica** i de **proximitat**, conreats i recol·lectats en el seu punt òptim de maduració sense pesticides ni productes químics de síntesis.

yes!



Slow Food neix a finals del segle XX amb l'objectiu inicial de defensar les tradicions gastronòmiques regionals, la bona alimentació i el plaer gastronòmic, així com el ritme de vida Slow.

Considera que l'alimentació està relacionada amb molts aspectes de la vida, inclosos la cultura gastronòmica i el medi ambient, al mateix temps que li dona molta importància al producte de proximitat.

El seu emblema és que tots els productes tenen que ser: **BO** (Qualitat i Gastronomia), **NET** (Valors i Responsabilitat) i **JUST** (Compromís i Pedagogia)

Ecoarrels comparteix aquesta filosofia i és per això que tenim l'orgull de ser **la segona empresa en tot l'estat espanyol en obtenir el distintiu Menjadors Escolars Slow Food KM0.**



INTERECO

INTERECO és una Associació sense ànim de lucre que agrupa a les autoritats públiques de control d'Agricultura Ecològica, que seran les encarregades del control i la certificació de productes procedents d'aquesta agricultura ecològica.

Es tracta d'una certificació voluntària sobre restauració ecològica posada en marxa per a que els establiments d'aquest sector que apostin per oferir aliments ecològics tinguin un element diferenciador.



PELS MENÚS...

- *Tots els plats estan elaborats pels cuiners del centre a partir d'ingredients frescos, de temporada i de proximitat.
- *El peix es cuina amb la tècnica culinària adient per cada tipus. La guarnició és amanida pels fregits i patata panadera amb verdura pels cuinats al forn.
- *Tots els àpats sempre s'acompanyen amb pa integral de farina ecològica.
- *Les amanides de guarnició s'acompanyen, segons temporada, amb: olives, nap, pastanaga, remolatxa, ceba tendra, cogombre i llavors.
- *Aquests menús estan subjectes a variacions per no disponibilitat en el mercat d'algun producte de temporada.
- *Els menús estan revisats per en David Caballé i per la Mireia Oriol i Noguera, dietistanutricionista membre del CoDiNuCat n° CAT002234.



QUINS PRODUCTES SÓN ECOLÒGICS?



CARN DE VEDELLA
exceptuant de tall rodó



CEREALS



FRUITA



IOGURT



LLEGUMS

OLI D'OLIVA
VERGE EXTRA



VARIS
*espècies, sucre,
sal i vinagre*



PRODUCTES
VEGETARIANS



HORTALISSES
I VERDURES



SETEMBRE MENÚ 2022



DILLUNS

5

Arròs amb tomàquet i orenga
Truita de formatge amb pastanaga ratllada i cogombre

DIMARTS

6

Gaspatxo amb crostons
Gall dindi guisat amb curri i cuscús

DIMECRES

7

Crema tèbia de lleties
Botifarra al forn amb amanida d'enciams

DIJOUS

8

Verdura d'estiu amb patates
Pollastre rostit al forn i amanida d'enciams

DIVENDRES

9

Amanida de pasta
Peix de mercat amb amanida d'enciams

12

Espirals a la napolitana (tomàquet, ceba, all i orenga)
Truita de carbassó amb amanida d'enciams

13

Verdura d'estiu amb patates
Cap de llom amb salsa de rostit i amanida d'enciams

14

Crema de verdures d'estiu
Arròs saltejat amb verdures i pollastre amb salsa de soja

15

Salmorejo
Mandonguilles amb patates deluxe i amanida d'enciams

16

Amanida de cigrons
Peix de mercat amb amanida d'enciams

19

Amanida d'enciams, tomàquet i formatge fresc amb oli d'alfàbrega
Macarrons a la bolonyesa

20

Estofat de mongetes amb verdura
Truita de ceba caramel·litzada amb amanida d'enciams

21

Arròs tres delícies
Guisat de canana amb patates

22

Crema de verdures de tardor
Tall rodó de vedella al forn amb cuscús amb amanida d'enciams

23

Verdura de tardor amb patates
Peix de mercat amb amanida d'enciams

26

Arròs amb salsa de pastanaga i tomàquet
Truita de patates amb amanida d'enciams

27

Verdura de tardor amb patates
Cigrons estofats amb bulgur

28

Sopa de verdures amb pistons
Hamburguesa de vedella amb xips i amanida d'enciams

29

Crema de llegums
Croquetes de pollastre amb amanida d'enciams

30

Espaguetis amb oli d'oliva extra i grana padano
Peix de mercat amb amanida d'enciams

Fruita del temps

Fruita del temps

Fruita del temps

Iogurt

Fruita del temps

Menú de proteïna vegetal

Jornada gastronòmica



QUÈ SOPEM?



SI HEM DINAT...

PODREM SOPAR...



CEREALS (ARRÒS O PASTA),
FÈCULES (PATATA - MONIATO)
O LLEGUMS



VERDURES



CARN



PEIX



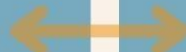
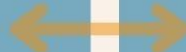
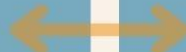
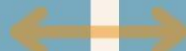
OU



FRUITA



LACTI



VERDURES CUINADES O
HORTALISSES CRUDES



CEREALS (ARRÒS O PASTA)
O FÈCULES



OU O PEIX



OU O CARN



PEIX O CARN



LACTI O FRUITA



FRUITA

